
自閉スペクトラム症とは

～はじめのいっぽ～



☎ : 0532-34-1411

Ver. 3.0

目 次

1. 自閉スペクトラム症とは	2
2. 基本的な対処のルール	11
3. A さんの事例	15
4. こんな時どうしよう！？	17

1. 自閉スペクトラム症とは

自閉スペクトラム症は、**脳の発達のかたよ**りを原因とするもので100人に6～7人程度の確率で生じます。はっきりと診断されない人を含めると、100人に10人（10%）程度いると考えられています。そのため、連続性を示すスペクトラムという表現が使われています（P3）。

自閉スペクトラム症の人の特徴としては、

- ①**社会性の問題**（P5）
- ②**コミュニケーションの問題**（P6）
- ③**こだわり(常同性)の問題**（P7）

があります。その一方で、なにごともしっかりとやろうとする**真面目さ**もあります。

このような自閉スペクトラム症の特徴を**理解し**、彼らの生活を**サポートする**ための方法がこの「はじめのいっぽ」には書かれています。

【自閉スペクトラム症という考え方】

自閉スペクトラム症は、ここからが障害である
と、**はっきり線引きできるものではありません**。この
ような**連続性**を強調して、スペクトラムという言葉
が使われています。

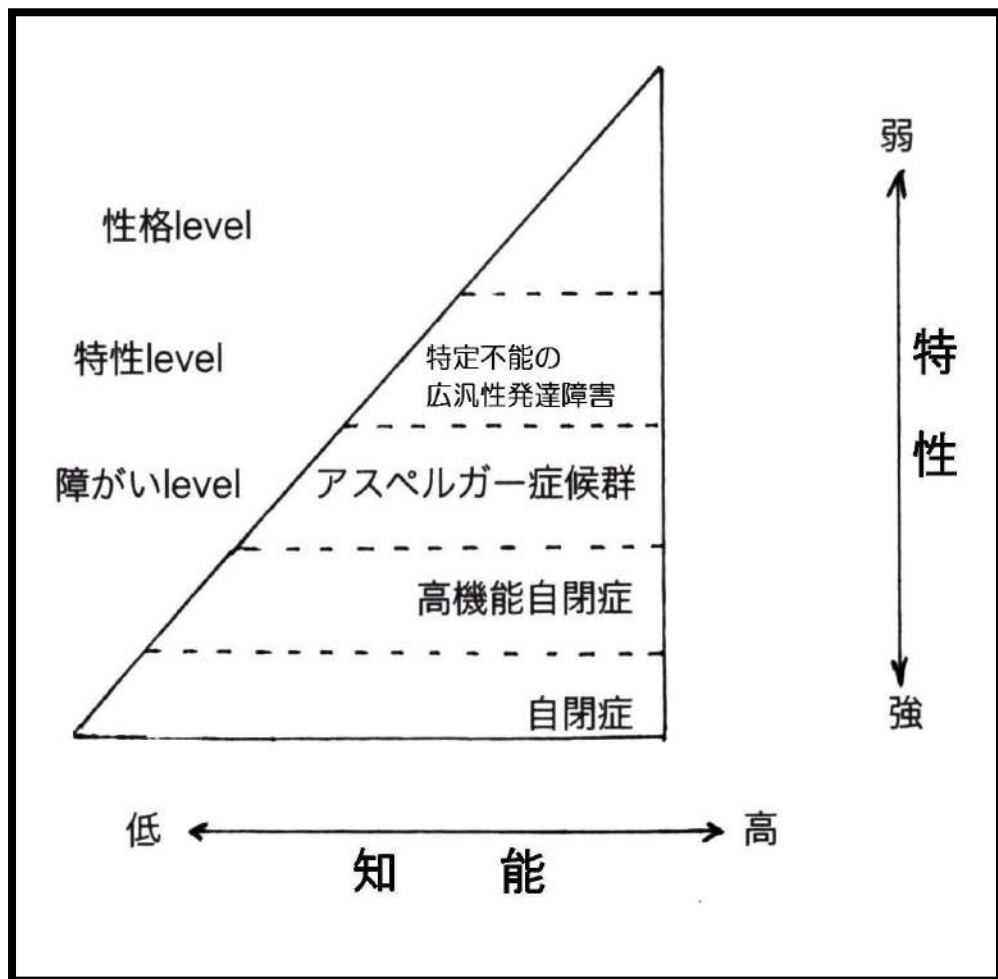
同じ自閉スペクトラム症でも特徴の**現れ方に強い弱いなどの違い**が見られます。同じ人でも、ある
特徴は認められるけれども、別の特徴はあまり目
立たないということもあります。その特徴の違い
により、**アスペルガー症候群**や**自閉症**と診断されて
きた人たちもいますが、現在は、その人たちも含
めて、**自閉スペクトラム症**と呼ばれています。

※スペクトラム…虹の色のよう、明確に境界線をつけることができない連続体。

☆自閉スペクトラム症（≡ 広汎性発達障がい）

ASD

PDD

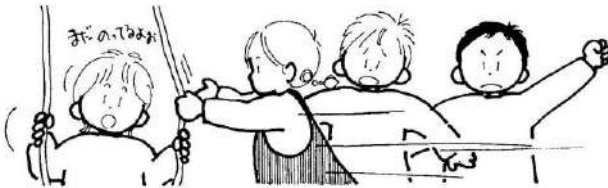


自閉スペクトラム症は、大きく分けて3つの特徴があります。

① 社会性の問題

☆人との関わりの場でふさわしい行動を取ることが困難なので、集団の中で浮いてしまいがちです。そのため、本人も自信をなくしたり、ストレスをためてしまうことがあります。

- その場の雰囲気をもよおすのが苦手で、
人との関わり方が一方的になりやすい
- 相手の気持ちを察するのが苦手
- うまく友達とかかわれない
(特に同世代の子と)



② コミュニケーションの問題

☆ことばや身振り手振りによるコミュニケーションが苦手なため、会話などで戸惑ってしまうことがあります。

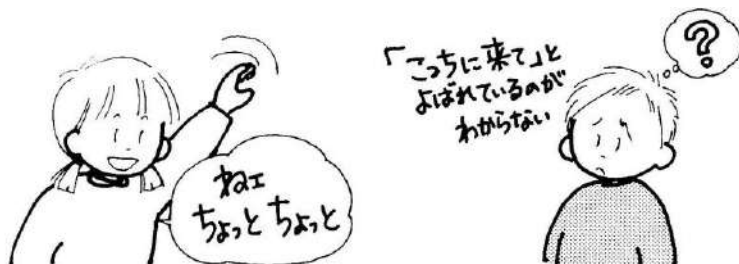
■相手のことばの意味を

うまく理解できない時がある

■相手の表情や身振り手振りなど

ニュアンスが読み取りにくい

■自分の気持ちをことばで表現するのが苦手



③ こだわり（常同性）の問題

☆目の前にないことを想像したり、急な変化に対応したりするなど柔軟な思考や行動が苦手なために、その場の状況に合わせた考えや動きをするのに苦労してしまうことがあります。

- 変化が苦手で見通しが立たないと不安になる
- 気持ちや考えをリセットするのが苦手
- 思い込みやこだわりが強い



- その他に以下のような特徴が見られる場合もあります。

- ・ 落ち着きのなさの問題

不注意や多動、衝動性が目立つ。

- ・ 身体の使い方の問題

運動や工作など

身体を用いる行動の不器用さがみられる。

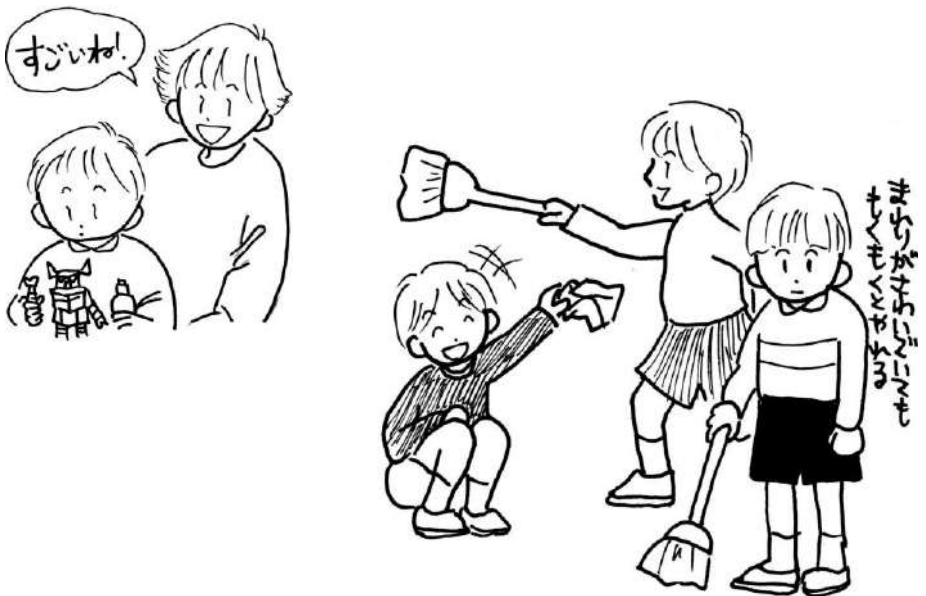
- ・ 感覚のかたよりの問題

感覚が過敏だったり、鈍感だったりする。



● 一方で、次のような良い所が見られる場合もあります。

- まじめである
- ひとつのことをねばり強く行える
- 身についていることはきちんと取り組める
- 独創的でユニークな考えを思いつく
- 発言や態度に表裏がない



【特性からみるタイプ】

自閉スペクトラム症は、個々の表れ方の違いにより以下のようなタイプに区別されます（年齢や発達に伴い変化することがあります）。

積極型

- わがままな子と思われがち
- 積極的に話しかけ、場違いなことでもペラペラと話してしまう
- 怖いもの知らずで、興味のあることをどんどんやってしまう



受け身型

- おとなしく従順な子だといわれる
- 誘われれば、嫌でもついていってしまう
- 指示には従えるが理解できていないことが多い
- 普段は優しく、周りに合わせられるが、スイッチが入ると譲れない



※人との関わりが極端に乏しい、【孤立型】と言われるタイプのお子さんもあります。

2. 基本的な対処のルール

自閉スペクトラム症の場合、とらえ方にかたよりが生じやすいので、あいまいな表現や態度を理解するのが困難になりがちです。

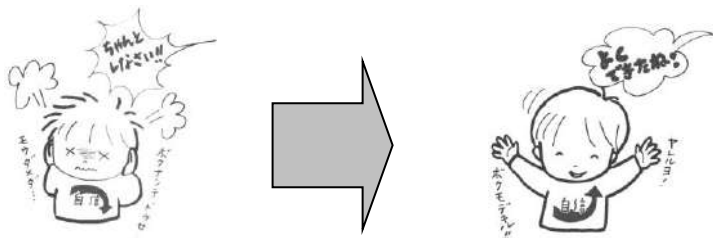
怒られた時なども内容をうまく理解できず、逆に不安をつのらせたり、自信を喪失してしまったりします。

わかりにくい表現をやめて、はっきりとしたことを伝えてあげることが、子どもの自信や積極性を高めます。

基本的な対処のルールとして・・・

- ①まず落ち着いて感情的に怒らない
- ②指示は具体的に一つ一つ順番に
- ③見通しを立ててあげましょう（視覚化）
- ④ほめることで

意欲や自信をつけさせましょう



①まず落ち着いて感情的に怒らない

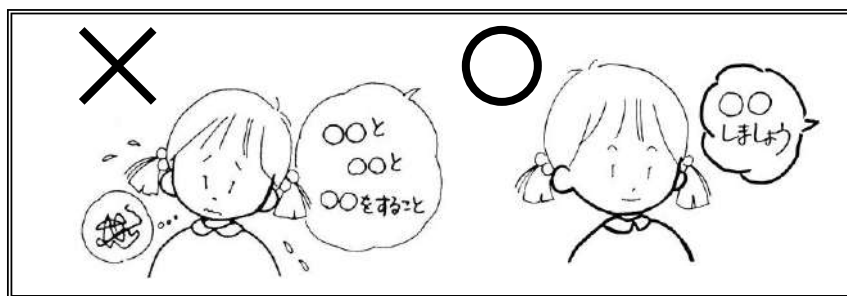


②指示は具体的に一つ一つ順番に

- ・あいまいな言葉を具体的にしてみる



- ・いくつも同時に言わないで、一つ一つにする



③見通しを立ててあげましょう（視覚化）

- 目に見える形で示す



- 予定表を作る



④ほめることで意欲や自信をつけさせましょう

- がんばろうとしている意欲を認める
- できたことをほめ、自信につなげる



☆パニックになってしまったら・・・

- まず、安心させてあげよう
- 刺激の少ない環境にうつしてあげよう
(例：別の場所に移動させる)
- パニックがおさまってから話をしよう



3. Aくんの事例

Aくん（受診時 中1・第一子） 父親（会社員）、母親（医療関係）

	・ 出生時異常なし 
1 歳半	・ 人見知りなし ・ 思い通りにならないと癇癪を起こすことがある
3 歳	・ 園で友達のおもちゃをとってしまうことがある 健診では 様子を見ましょ うといわれる
年少-年長	・ 行事は張り切ってやるが、初めてのことに戸惑うことが多い
小学校 1-3年	・ 担任は男の先生 ・ 保育園の時と比べて急に大人しくなる ・ GW 明け～学校に行きたくないと言うことがあるが、友達とは遊べており、大人しく過ごす 
小学校 4-6年	・ 特定の友だちはいる ・ 理由は分からないが、急に怒りだすことが時々あった
中1	・ GW 明け～学校を休みたいと言って暴れたりしたが、理由がはっきりしなかった ・ 欠席する日がポツポツと出始める（別室登校も拒否）

中1(7月)

- 医療機関受診
- 発達検査を受ける



⇒ “融通がきかない”、“コミュニケーションが苦手”という特徴が見られたため、自閉スペクトラム症と診断される



別室登校を嫌がったため、
フリースクールへ



診察で、具体的な対応方法を
教えてもらい、本人と話し合った

中1
(9月-)

- フリースクールで気の合う友達ができ
- 専門学校に行きたいという希望があったため、少しずつ勉強し始めた

4. こんな時どうしよう！？

⇒ シートを使ってまとめてみよう！

●具体的な対応を考えるために、どこがどのように困っているのか、

まず子どもの様子を確認しよう。

(例)

行動分析シート

記入日： 〇 年 〇 月 〇 日

名前：〇〇〇〇 (9 歳) 学年： 3 年生

ある特定の(問題)行動が、どうして起きてしまっているのかを分析します。
この分析により得られた理解をもとに、より望ましい行動へ変化させるためのルール作りを目指します。子どもの気になる行動を思い出しながらかき込んでみてください。
※全てを憶える必要はありません。

①行動について

どんな行動か？	音楽の授業になどとなく
いつ起きたか？	音楽の授業中
どこで起きたか？	学校の教室
誰と？	クラスメイトと担任の先生がいる時
直前の様子は？	緊張した表情で、ソワソワしていた

②行動の時期と頻度

その行動はいつ頃から見られるようになったか	リコーダーの練習が始まった頃から
その行動はどのぐらいの頻度でみられるか	リコーダーの練習がある時ほぼいつも

③対応と結果

その行動が出た時に周囲はどのように対応(回避)していたか	担任の先生が近くにきて、「どなたか」と声をかけた
対応(回避)により生じた結果は？	声をかけられても何も言わずに泣き止んだ

④望まれる行動

どんな行動が望まれるか	音楽の授業に泣かずに参加できていること
-------------	---------------------

ステップ①

その時の状況をまとめてみよう。

ステップ②

いつ頃からか振り返ってみよう。

ステップ③

その時した対応についてかいてみよう。

ステップ④

どうなるとよいか考えてみよう。

●次に、分析シートをもとに支援の方法を考えよう。

(1)

仮説・支援フランチート

行動分析シートで得られた情報から特定の行動に関する仮説を立てます。その仮説に基づきたい対応や支援プランを考えます。

音楽の授業になると泣く

①行動仮説

なぜそのような行動をしたのか？	- リコーダーが難しかった（手が速さになっている）。 - 困っていることをどう伝えればよいかわからなかった。
どうしたかったのか？	- みんなと一緒にリコーダーが吹きたかった。 - 音楽の授業に参加したかった。

②事前の工夫（支援プラン）

本人
 ○今日の合同を先生との間で決めた。
 ○言葉だけでなく、本人の手をとり、リコーダーの持ち方、吹き方を教える。
 周囲・環境
 ○教室に声をかける。
 ○正面に鏡を置いて、手の位置を確認できるようにする。
 ○うさぎでたらめなまめ、自信にふなげる。

③起こった時の対応

泣いている時は、気持ちをおちつかせよう。
 ○後で、どこが難しかったか本人と話し合う。

④対応の結果

○自分から手先の動きが出せた。
 ○手が速さではなくなった。
 ○少しずつ音が出せるようになった。

- 行動の変化を認め、褒めることが、本人の積極性・自信を高めることになります。

ステップ①

分析シートから原因を考えてみよう。

ステップ②

事前の工夫をまとめてみよう。

ステップ③

起こった時の対応を考えておこう。

ステップ④

対応した時の結果を振り返ってみよう。

おすすめの本

●発達障害の子どもの心がわかる本 <主婦の友社>

子どもの発達障害の入門書。発達障害についての基礎知識がわかりやすく書かれています。



●発達障害の子どもの伸ばす魔法の言葉かけ<平岩幹男>

ABA（応用行動分析）を利用した、親子が笑顔になれる「行動のコツ」がわかります。



●子ども認知行動療法

怒り・イライラを自分でコントロールする！ <松丸未来>

怒りを上手にコントロールする方法をやさしく教えてください。



●発達障害の子の立ち直り方「レジリエンス」を育てる本

<藤野 博/日戸由刈>

困難に直面しやすい発達障害の子にとって必要なレジリエンス（心の回復力・立ち直り力）についてイラスト図解でわかりやすくまとめてあります。



●発達性読み書き障害 トレーニング・ブック <平岩幹男>

「読み書きトレーニング」のポイントが例題をあげて紹介されています。練習シート付で取り組みやすいです。



●これからの通院に関して

お子さんの状態に応じて通院の間隔は異なります。大きな問題が感じられない時でも、定期的に（1ヶ月に1回、長いお休みの時など）に来院し、様子を教えていただければと思います。困りごとやわからないことはお気軽にご相談ください。